

Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Melalui Edukasi Kebugaran, Keselamatan Kerja dan Manajemen Sampah

Sajodin^{1*}

Perla Yualita²

Padilah restutuan Purnama³

Irsan Furqon Rakasiwi⁴

^{1*,2,3,4} Universitas Aisyiyah Bandung, Kota Bandung, Indonesia

sajodin@unisa-bandung.ac.id^{1*)}

perla.yualita@unisa-bandung.ac.id²⁾

fadilahrestutian@gmail.com³⁾

rakasiwiirsan152@gmail.com⁴⁾

Kata Kunci: [Edukasi
Kebugaran; Keselamatan Kerja;
Manajemen Sampah;
Pengetahuan Masyarakat]

Abstrak: Kebugaran merupakan komponen penting bagi manusia dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari tanpa merasa kelelahan berlebihan. Keselamatan kerja merupakan salahsatu bagian penting yang bertujuan mencegah terjadinya kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja dengan cara menciptakan lingkungan kerja yang aman dan sehat. Sampah didefinisikan sebagai segala sesuatu yang berasal dari aktivitas manusia yang tidak berguna. Dampak dari pengelolaan sampah yang tidak baik menyebabkan berbagai penyakit, penurunan kebugaran dan keselamatan kerja dalam mengelola sampah yang tidak baik. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah. PkM ini dilaksanakan di desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung dengan peserta sebanyak 42 orang dengan rangkaian kegiatan terdiri dari pre-test, pemberian edukasi, dan post test, Hasil dari evaluasi PkM ini menunjukkan seluruh peserta antusias dan aktif dengan memberikan pertanyaan dan diskusi serta adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Kebugaran, Keselamatan Kerja dan Pengolahan Sampah yang menunjukkan PkM ini menarik bagi peserta. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah berjalan dengan baik, terjadi peningkatan pengetahuan peserta pengabdian kepada masyarakat. Diharapkan PkM ini dilaksanakan secara berkala yang dapat meningkatkan pola hidup masyarakat dalam bidang kebugaran, kesehatan kerja, dan kebersihan lingkungan.

Published by:



Copyright © 2024 The Author(s)

This article is licensed under CC BY 4.0 License



Pendahuluan

Kebugaran merupakan komponen penting bagi manusia dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari seperti bekerja dengan produktif dan efisien, berjalan, termasuk belajar lebih bersemangat, tidak mudah terserang penyakit, serta dapat berprestasi secara akademik. Kebugaran terdiri dari kebugaran jasmana dan kebugaran rohani, yang tidak dapat dipisahkan. Kebugaran dan kesehatan adalah aspek yang sangat penting.

Menurut Hairry dalam (Dinata & Afrian, 2015) Kebugaran jasmani ialah kemampuan untuk melaksanakan tugasnya sehari-hari dengan giat dan penuh kewaspadaan, tanpa mengalami kelelah yang berarti dan masih dapat menikmati waktu senggangnya serta menghadapi hal-hal yang tidak terduga sebelumnya. Kebugaran diklasifikasikan dalam dua kategori, yaitu: kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan dan kebugaran yang berhubungan dengan ketrampilan (Sukanti et al., 2016).

Keselamatan kerja merupakan salahsatu bagian penting yang bertujuan mencegah terjadinya kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja dengan cara menciptakan lingkungan kerja yang aman dan sehat. Berdasarkan data International Labour Organization (ILO), menyatakan 2,78 juta kematian terjadi setiap tahunnya. Salah satu untuk menjaga agar tidak terjadi cedera atau penyakit kerja dengan cara menerapkan prinsip kerja ergonomis. Ergonomic merupakan ilmu tentang bagaimana manusia merancang alat, mesin, lingkungan kerja atau pengaturan posisi manusia untu meningkatkan mencegah cedera dan penyakit akibat kerja.

Menurut American Public Health Association (APHA), sampah didefinisikan sebagai segala sesuatu yang berasal dari aktivitas manusia dan tidak terjadi secara alami melainkan tidak berguna, tidak dapat digunakan, dibuang, atau tidak disukai. Sedangkan berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2008 yang mengatur tentang pengelolaan sampah sampah diartikan sebagai produk padat hasil proses alam atau sisa kegiatan rutin manusia (Latifah et al., 2016).

Menurut data (SIPSN, 2023) produksi sampah di Indonesia sekitar 18 Juta ton pertahun, 12 juta ton sampah terkelola dan 6 ton sampah tidak terkelola. berdasarkan sumbernya 38,8% sampah berasal dari sampah rumah tangga dan 41,9 % berasal dari sisa makanan. Sedangkan di Jawa Barat sekitar 1 juta ton dihasilkan dalam satu tahun. Menurut data Kementerian Lingkungan Hidup dan Kehutanan, pada tahun 2020, Indonesia menghasilkan sekitar 67,8 juta ton sampah per tahun, dengan tingkat pertumbuhan sekitar 3,2% per tahun. Dari jumlah tersebut, hanya sekitar 51,2% yang dikelola dengan baik, sedangkan sisanya dibuang di tempat pembuangan akhir yang tidak terkelola dengan baik atau bahkan dibuang di sungai, laut, dan tempat-tempat terlarang lainnya. Di Jawa Barat sendiri terutama di Kabupaten Bandung menghasilkan 1.2 juta ton.

Penelitian (Nurdin et al., 2020) menyatakan bahwa sampah sangat berpengaruh pada kesehatan terutama sampah anorganik. Sedangkan menurut (Asrun et al., 2020) menyatakan sampah limbah dapat menularkan penyakit terutama sampah medis. Masalah sampah yang sangat berpengaruh pada kesehatan sehingga perlu adanya pendidikan kesehatan bagi masyarakat terutama masyarakat sekitar TPS (Situngkir & Nitami, 2023). Masalah kesehatan yang sering menyerang masyarakat sekitar TPA diantaranya penyakit diare dan gatal-gatal (Emilda et al., 2019). Demikian juga menurut (Jaenudin et al., 2018) menyatakan hubungan antara pengelolaan sampah dengan gangguan kesehatan diare. Sistem pengelolaan sampah ini memberikan dampak pada

kesehatan, semakin baik pengelolaan maka baik pula untuk menjaga kesehatan ([Exposto, 2015](#))

Desa Jagabaya Kecamatan Cimaung merupakan daerah yang berkembang dan memiliki potensi yang baik dengan jumlah penduduk 16.868 yang berpotensi juga menghasilkan sampah dengan jumlah besar. Pengelolaan sampah di Desa Jagabaya kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung oleh Dinas Kebersihan dan Lingkungan Hidup. Pengangkutan sampah dari tempat pemukiman penduduk ke Tempat Pembuangan Sementara (TPS) menjadi tanggung jawab masyarakat, sedangkan pengangkutan sampah dari TPS ke Tempat Pembuangan Akhir (TPA) dilakukan oleh petugas Dinas Kebersihan dan Lingkungan Hidup Kabupaten Bandung.

Berdasarkan permasalahan diatas maka untuk mengatasi permasalahan diatas dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat melalui pendekatan pemberdayaan tenaga pengelola sampah dalam bidang kesehatan dan keselamatan kerja untuk meningkatkan kesehatan masyarakat umum dan kualitas lingkungan sekaligus menurunkan bahaya kecelakaan kerja dan penyakit yang terkait dengan pengelolaan sampah. Adapun kegiatan yang dapat dilaksanakan adalah dengan edukasi tentang kebugaran, keselamatan kerja, dan pengelolaan sampah di desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung.

Metode Pelaksanaan

Lokasi pengabdian kepada masyarakat ini di Desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung. Lokasi PkM ini 10 KM dari Unisa Bandung yang dapat ditempuh dalam waktu 45 menit sampai dengan 1 jam dengan menggunakan kendaraan bermotor. Peserta pada PkM ini sebanyak 42 orang.

Tim PkM melaksanakan koordinasi dengan mitra dan observasi pada tenaga pengelolaan sampah di Desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung mengenai kesehatan, pengetahuan tentang bahaya sampah, pengetahuan tentang keselamatan kerja dan kebugaran tenaga pengelolaan sampah. Pada tahapan ini Mitra berperan memberikan data terkait dengan permasalahan tentang kebugaran, kesehatan kerja, dan pengelolaan sampah.

Pada tahapan ini tim berkoordinasi dengan mitra dan warga, menjelaskan kepada mitra tentang pentingnya pelaksanaan PkM ini. Peran serta aktif mitra dan masyarakat sangat penting kemudian bersama-sama mitra menentukan masalah dan solusi yang akan dilaksanakan. Setelah kesepakatan dicapai, maka tim PkM dan Mitra menentukan masalah, solusinya, kegiatan apa saja yang akan dilaksanakan, daftar warga yang akan ikut dalam kegiatan, waktu pelaksanaan kegiatan PkM. Mitra berperan dalam mempersiapkan tempat dan peserta PkM.

Tahap pelaksanaan kegiatan ini meliputi waktu pelaksanaan kegiatan PkM, bentuk kegiatan PkM, Metode pelaksanaan PkM, Tempat pelaksanaan, narasumber dan perlengkapan yang harus disiapkan. Mitra berperan dalam membantu pelaksanaan PkM terkait kehadiran peserta dan tempat pelaksanaan PkM.

Tahap evaluasi dilaksanakan evaluasi baik secara langsung maupun observasi setelah pelaksanaan kegiatan. Evaluasi secara langsung dilaksanakan dengan memberikan kuesioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan responden. Evaluasi dilaksanakan dengan cara observasi pelaksanaan PkM terkait dengan kehadiran dan keaktifan peserta dalam mengikuti kegiatan PkM, peserta juga diberikan pertanyaan

dalam bentuk kuesioner pre test sebelum pelaksanaan PkM dan kuesioner post test setelah pelaksanaan PkM. Hasil pre test dan post test dianalisis dengan membandingkan tingkat pengetahuan pre dan post test. Hasil pre dan post test dikategorikan dalam tiga tingkat, yaitu; 1) tingkat pengetahuan dalam kategori tinggi apabila nilainya $> 76-100$, 2) Tingkat pengetahuan dalam kategori sedang apabila nilai $60-75$, 3) Tingkat pengetahuan kategori rendah apabila nilai < 59 .

Hasil dan Pembahasan

Pada tahapan ini tim berkoordinasi dengan warga tempat PkM. Pada tahapan ini dilakukan diskusi dengan aparat dan masyarakat ditemukan permasalahan kebutuhan peningkatan pengetahuan terkait dengan peningkatan kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah.

Berdasarkan temuan masalah diatas maka direncanakan untuk pelaksanaan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait dengan peningkatan kebugaran, kesehatan kerja dan pengolahan sampah. Pada tahapan ini merencanakan kegiatan akan diikuti oleh masyarakat tempat PkM yang meliputi aparat desa, kader kesehatan dan masyarakat.



Gambar 1. Tahap persiapan pengabdian kepada masyarakat

Implementasi PkM ini dilaksanakan pada 29 Agustus 2024 yang diikuti oleh 42 peserta, dengan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik peserta pengabdian kepada masyarakat

Usia	N	Precentage (%)
21-30	21	50,00
31-40	14	33,33
41-50	6	14,29
50	1	2,38
Jumlah	42	100
Pendidikan		

Usia	N	Precentage (%)
Tidak Sekolah	0	
SD	0	
SMP	9	21,42
SMA	31	73,81
Sarjana	2	4,76
Jumlah	42	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	10	23,81
Swata	32	76,19
PNS	0	0
Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan peserta PKM mayoritas berusia 21-30 tahun sebesar 50%, sedangkan berdasarkan tingkat pendidikan mayoritas memiliki pendidikan SMA sebesar 73,81 %, dan berdasarkan pekerjaan didapatkan mayoritas peserta memiliki pekerjaan sebagai karyawan swasta sebesar 76,19%.



Gambar 2. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

PkM ini dilaksanakan di balai desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung Jawa Barat, diikuti oleh 42 peserta. Sebelum pelaksanaan edukasi peserta diberikan pretest dengan membagikan kuesioner yang berisi sebanyak 15 pertanyaan yang terdiri dari 5 pertanyaan tentang kebugaran, 5 pertanyaan tentang keselamatan kerja dan 5 pertanyaan tentang pengelolaan sampah.

Sebelum pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat peserta diberikan pretest untuk menentukan tingkat pengetahuan peserta tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengolahan sampah. Kemudian dilaksanakan edukasi tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengolahan sampah. Setelah kegiatan selesai peserta diberikan posttes untuk mengevaluasi keberhasilan pengabdian kepada masyarakat.

Adapun hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada tabel berikut (Lihat tabel 2):

Tabel 2. Hasil Prates dan Pascates peserta pengabdian kepada masyarakat

Tingkat Pengetahuan	Nilai Pretest		Nilai Posttest		Rata -rata Kenaikan
	F	%	N	%	
Tinggi	0	0,0	13	31,0	23,97%
Sedang	10	23,8	19	45,2	
Rendah	32	76,2	10	23,8	

Berdasarkan tabel 2 di atas pengetahuan responden tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah terjadi peningkatan dengan rata-rata 23,97%. Pada tahapan pretest nilai dengan kriteria tinggi sebesar 0%, nilai dengan kriteria sedang sebesar 23,8%, dan nilai dengan kriteria rendah sebesar 76,2%. Sedangkan hasil posttest menunjukkan nilai dengan kriteria tinggi sebesar 31%, nilai kriteria sedang sebesar 45,2%, nilai dengan kriteria rendah sebesar 23,8%.

Kebugaran merupakan kondisi fisik yang memungkinkan seseorang melakukan aktivitas sehari-hari tanpa merasa kelelahan (Setyawan, 2016). Hasil PkM ini sejalan dengan hasil PkM (Rasyidi et al., 2023) yang menyatakan terdapat peningkatan pengetahuan tentang kebugaran setelah dilakukan edukasi dan pelatihan tentang kebugaran. Kebugaran berperan sangat penting untuk melaksanakan kegiatan sehari-hari dan mencegah manusia dari berbagai macam penyakit seperti pengakit jantung dan diabetes mellitus.

Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang tingkat kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Sajodin & Yualita, 2022) yang menyatakan bahwa tingkat kebugaran sangat penting dan berhubungan dengan prestasi. Demikian juga pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan (Sajodin et al., 2023) yang menyatakan untuk meningkatkan kebugaran pada semua tingkat usia menggunakan prinsip FITT, pada pengabdian ini juga terjadi peningkatan pengetahuan pada guru dan orang tua setelah diberikan edukasi tentang peningkatan kebugaran. Penulis berasumsi peningkatan pengetahuan peserta karena antusiasme, semangat dan pendidikan mayotas SMA serta informasi yang mudah diakses oleh peserta tentang kebugaran.

Keselamatan kerja merupakan situasi yang menjaminkeselamatan dan kesehatan para pekerja, lingkungan kerja dan perusahaan untuk mencegah terjadinya cedera atau penyakit akibat kerja (Yulianti et al., 2023). Sedangkan menurut (Putri & Martiana, 2016) menyatakan bahwa keselamatan kerja merupakan aspek kesehatan kerja yang terdiri dari perlindungan dari bahaya dari kegiatan dilingkungan kerja. Ergonomic dalam bekerja merupakan langkah yang dapat dilaksanakan bagi pekerja untuk menjaga keselamatan kerja. Adapaun aspek ergonomis yang penting pada saat melaksanakan pekerjaan di tempat kerja terkait dengan posisi yang benar pada saat bekerja, desain peralatan kerja yang aman, pengaturan pencahayaan yang sesuai, penggunaan pelindung diri (APD). Pengelolaan sampah merupakan kegiatan dalam mengumpulkan, mengangkut, dan pembuangan samapah, dimana pada proses ini memerlukan tenaga dan

beresiko mengancam kesehatan bagi pengelola sampah. Pengetahuan tentang keselamatan kerja peserta pengabdian kepada masyarakat juga meningkat, hasil PkM ini sejalan dengan (Taime & Datu, 2024) menyatakan terjadi peningkatan pengetahuan dan penerapan keselamatan kerja untuk mengurangi resiko kecelakaan. Kesehatan, Keselamatan Kerja penting untuk pekerja dalam mencegah terjadinya kecelakaan kerja (Darmayani et al., 2023). Demikian juga dengan pernyataan (ILO, 2013) yang menyatakan keselamatan dan kesehatan kerja merupakan sarana untuk meningkatkan produktivitas. Penulis berasumsi bahwa keselamatan kerja merupakan bagian dari program pemerintah sehingga peserta dengan mudah mengakses materi yang disampaikan penulis.

Pengetahuan pengelolaan sampah juga meningkat diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pengelolaan sampah baik organik maupun anorganik. Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat (Putri & Martiana, 2016)) yang menyatakan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang dampak sampah bagi kesehatan. Kegiatan yang meliputi pengumpulan, pengangkutan, pengolahan, dan pembuangan sampah secara sistematis dengan tujuan untuk mengurangi dampak negatif terhadap lingkungan, kesehatan masyarakat, serta estetika suatu area. Pengelolaan sampah juga bertujuan untuk memaksimalkan pemanfaatan kembali atau daur ulang sampah sehingga dapat mengurangi jumlah sampah yang dibuang ke tempat pembuangan akhir (TPA). Demikian juga pengabdian masyarakat yang dilakukan (Setyawan, 2016) menyatakan pengelolaan sampah harus melibatkan partisipasi masyarakat sehingga pengabdian kepada masyarakat yang kami lakukan sangat penting untuk meningkatkan peran serta masyarakat untuk meningkatkan pengelolaan sampah.

Tabel 3. Hasil Skor Rata-rata Prates dan Posttest Responden

No	Skor rata-rata		% Kenaikan
	Prates	Pascates	
1	43,33	67,30	23,97

Berdasarkan tabel 3 di atas skor rata-rata prates per responden sebesar 43,33 naik menjadi 67,30 mengalami kenaikan sebesar 23,97%.

Data yang telah dikumpulkan baik pretest maupun posttest dilakukan uji normalitas menggunakan uji Shafiro Wilk dengan hasil 0,018 kurang dari 0,05 sehingga disimpulkan data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas maka dilanjutkan dengan uji nonparametric Uji Wilcoxon dengan hasil Asympt. Sig. > 0,05 maka dapat disimpulkan pelaksanaan edukasi tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan peserta pengabdian kepada masyarakat.

Kesimpulan

Pengabdian kepada masyarakat ini memberikan edukasi tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah berdampak sangat baik terhadap peningkatan pengetahuan dan kesejahteraan komunitas. Edukasi tentang kebugaran membantu masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan fisik mereka, sehingga meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas. Kesadaran tentang pentingnya keselamatan kerja memberikan pemahaman mengenai pencegahan risiko kecelakaan dan

penyakit akibat kerja, yang pada akhirnya melindungi pekerja serta mengurangi biaya akibat cedera atau kerugian produksi. Selain itu, edukasi mengenai pengelolaan sampah memainkan peran penting dalam menjaga kebersihan lingkungan dan kesehatan masyarakat. Dengan mengedukasi masyarakat tentang cara memilah dan mengelola sampah dengan benar, diharapkan dapat mengurangi pencemaran lingkungan dan meningkatkan kualitas hidup. Secara keseluruhan, edukasi dalam ketiga aspek ini berkontribusi pada pembentukan masyarakat yang lebih sehat, aman, dan peduli lingkungan.

Berdasarkan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi kebugaran, keselamatan kerja, dan pengelolaan sampah, berikut beberapa saran yang dapat diimplementasikan; perlunya pelatihan terpadu tentang kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah di desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung, pembuatan program berkelanjutan terkait dengan peningkatan kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah dengan mengadakan pelatihan terkait praktik peningkatan kebugaran, keselamatan kerja dan pengelolaan sampah.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada pimpinan dan LPPM Unisa Bandung serta pihak desa Jagabaya Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung.

Referensi

- Asrun, A., Sihombing, A., & Nuraeni, Y. (2020). Dampak Pengelolaan Sampah Medis dihubungkan dengan UU No. 36 Tahun 2009 Tentang Perlindungan dan Pengelolaan Lingkungan Hidup. *PAJOUL*, 01(01), 33–46.
- Darmayani, S., Sa'diyah, A., Supiati, & Mutaqin, M. (2023). *Kesehatan Keselamatan Kerja (K3)*. Wadina Bhakti Persada Bandung.
- Dinata, K., & Afrian, H. (2015). Studi Deskripsi Tingkat Kebugaran Jasmani. *Jurnal Edukasio*, 10(2), 482–500.
- Emilda, Septiani, & Pratiwi. (2019). Dampak pengelolaan sampah di TPA cipayung pada kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 246–252. <https://doi.org/10.33485/jiik-wk.v5i2.138>
- Exposto, L. (2015). Pengaruh Pengelolaan Sistem Pembuangan Sampah Akhir Sampah dan Dampak Terhadap Kesehatan Masyarakat Di desa Tebar. *Jurnal Bumi Lestari*, 15(2), 115–124.
- ILO. (2013). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja Keselamatan dan Kesehatan Sarana untuk Produktivitas*.
- Jaenudin, Aprianto, S., & Andini, C. (2018). Hubungan Pengelolaan Sampah Dengan Kejadian Diare di Kelurahan Argasunya Kota Cirebon. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 5(1), 16–22.

- Latifah, D., Suyanto, & Azrin, M. (2016). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Dengan Sikap Pengelolaan Sampah di Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *JOM*, 3(2), 1–9.
- Nurdin, A., Lidiawati, M., & Khairi, N. (2020). Pengaruh Sampah Organik, anorganik dan bahan Berbahaya dan Beracun (B3) terhadap Kesehatan Pekerja di Tempat Pemrosesan Akhie Gampong Jawa Kota Aceh. *Jurnah Aceh Medika*, 4(2), 113–121.
- Putri, W. W., & Martiana, T. (2016). NILAI AMBANG DENGAR PEKERJA YANG TERPAPAR BISING DI. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 5(2), 173–182. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/ijosh.v5i2.2016.173-182>
- Rasyidi, A. H., Dassucik, & Bahri, S. (2023). Upaya Peningkatan Kesehatan dan Kebugaran Jasmani Melalui Olahraga di Balai Desa Kedungdowo Kecamatan Arjasa Situbondo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(11), 6979–6986. <https://doi.org/https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i11.5426>
- Sajodin, Alfin, R., & Yualit, P. (2023). Improving Short Term Memory Through the Brain Gym Method. *ABDIMAS UMTAS*, 6(3), 4188–4193. <https://doi.org/https://doi.org/10.35568/abdimas.v6i3.3299>
- Sajodin, S., & Yualita, P. (2022). Pendampingan Prinsip FITT pada Olahraga bagi Guru PKG-PAUD Kecamatan Bojongsoang Kabupaten Bandung: Assistance in FITT's Principles in Sports for PKG-PAUD Teachers, Bojongsoang District, Bandung Regency. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 425–431. <https://doi.org/https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i2.4126>
- Setyawan, P. E. (2016). PENYULUHAN TENTANG PENGELOLAAN SAMPAH. *Jurnal ABDIMAS Unmer Malang*, 1(1), 30–35. <https://doi.org/https://doi.org/10.26905/abdimas.v1i1.1172>
- SIPSN. (2023). *Pengelola Sampah dan RTH* (pp. 1–10).
- Situngkir, D., & Nitami, M. (2023). Penyuluhan Dampak Sampah Terbuka Bagi Kesehatan. *Shihatuna*, 3(1), 20–25.
- Sukamti, E., Zein, M. I., & Budiarti, R. (2016). Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 12, Nomor 2, Juli 2016 | 31. *Profil Kebugaran Jasmani Dan Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik Di Yogyakarta*, 12(2), 31–40.
- Taime, H., & Datu, F. (2024). Evaluasi Penerapan Metode PKM dalam Pendidikan K3 di PT . Kuala Pelabuhan Indonesia (KPI): Meningkatkan Kesadaran dan Keterampilan Pekerja untuk Mengurangi Risiko Kecelakaan yang diterapkan di PT . KPI . Simulasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa met. *Abdi Daya*, 2(1), 14–24.
- Yulianti, R., Apriniyadi, M., Novi, P., Suliestyah, Palit, C., & Lopez, D. (2023). PENERAPAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN KERJA INDUSTRI IMPLEMENTATION OF OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH (OSH) IN INDUSTRIAL WORKING. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 5(2), 129–134. <https://doi.org/10.25105/jamin.v5i2.17363>